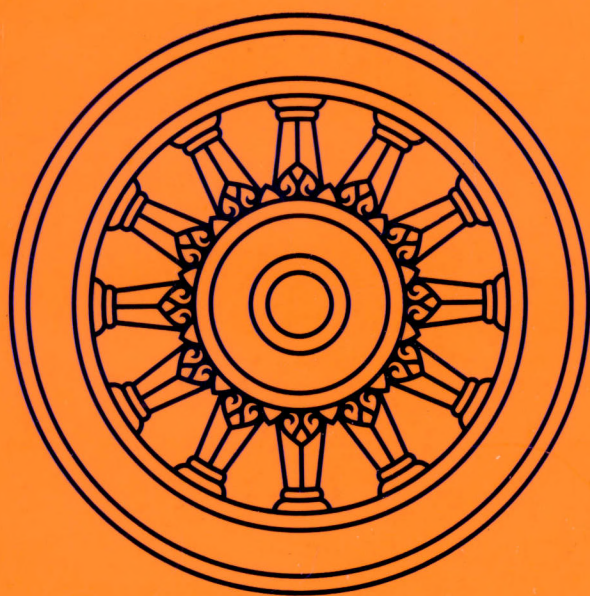




พุทธธรรม

ฉบับปรับปรุงขยาย



สมเด็จพระพุทธโมชาจารย์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

สารบัญ

อนุโมทนา	ก
บันทึกประกอบ ในการพิมพ์ ครั้งที่ ๒๒	ข
นิทานพจน์ (ในการพิมพ์ครั้งที่ ๑ ของฉบับข้อมูลคอมพิวเตอร์)	ง
คำนำ (ในการพิมพ์ครั้งที่ ๑ ของฉบับปรับปรุงและขยายความ, พ.ศ. ๒๕๒๕)	ฉ
อักษรย่อชื่อคัมภีร์	ช
ความนำ:	ด
ภาค ๑ มัชฌิมนิพนธ์เทศนา	
ภาพรวม มัชฌิมนิพนธ์เทศนา	๑๓
ตอน ๑: ชีวิต คืออะไร?	
บทที่ ๑ ขันธ์ ๕	๒๔
บทที่ ๒ อายตนะ ๖	๓๙
ตอน ๒: ชีวิต เป็นอย่างไร?	
บทที่ ๓ ไตรลักษณ์	๗๓
ตอน ๓: ชีวิต เป็นไปอย่างไร?	
บทที่ ๔ ปฏิจจสมุปบาท	๑๖๓
บทที่ ๕ กรรม	๒๔๕
ตอน ๔: ชีวิต ควรให้เป็นอย่างไร?	
บทที่ ๖ วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน	๓๓๖
บทที่ ๗ ประเภทและระดับ แห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน	๓๙๖
บทที่ ๘ ข้อควรทราบเพิ่มเติม เพื่อเสริมความเข้าใจ	๔๓๗
บทที่ ๙ หลักการสำคัญ ของการบรรลุนิพพาน	๔๕๓
บทที่ ๑๐ บทสรุป เรื่องเกี่ยวกับนิพพาน	๔๙๘

ภาค ๒ มัชฌิมาปฎิปปทา

ภาพรวม มัชฌิมาปฎิปปทา	๕๒๕
ตอน ๕: ชีวิต ควรเป็นอยู่อย่างไร?	
บทที่ ๑๑ บทนำ ของมัชฌิมาปฎิปปทา	๕๕๐
บทที่ ๑๒ บุพภาคของการศึกษา ๑: ปรีโตโฆสะที่ดี = กัลยาณมิตร	๕๙๘
บทที่ ๑๓ บุพภาคของการศึกษา ๒: โยนิโสมนสิการ	๖๔๒
บทที่ ๑๔ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฎิปปทา ๑: หมวดปัญญา	๗๒๒
บทที่ ๑๕ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฎิปปทา ๒: หมวดศีล	๗๔๕
บทที่ ๑๖ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฎิปปทา ๓: หมวดสมาธิ	๗๘๙
บทที่ ๑๗ บทสรุป: อริยสัจ ๔	๘๘๑
ภาค ๓ อารยธรรมวิถี	
ตอน ๖: ชีวิตที่ดี เป็นอย่างไร?	
บทที่ ๑๘ บทความประกอบที่ ๑: ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน	๙๑๗
บทที่ ๑๙ บทความประกอบที่ ๒: ศีลกับเจตนารมณ์ทางสังคม	๙๕๐
บทที่ ๒๐ บทความประกอบที่ ๓: เรื่องเหนือสามัญสัย: ปาฏิหาริย์ - เทวดา	๙๗๗
บทที่ ๒๑ บทความประกอบที่ ๔: ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ	๑๐๐๗
บทที่ ๒๒ บทความประกอบที่ ๕: ความสุข ๑: ฉบับแบบแผน	๑๐๕๙
บทที่ ๒๓ บทความประกอบที่ ๖: ความสุข ๒: ฉบับประมวลความ	๑๑๐๕
บรรณานุกรม	๑๑๗๓
บันทึกของผู้เขียน	๑๑๗๙
บันทึกการจัดทำข้อมูล โดย นายแพทย์ ณรงค์ เลาหวิรภาพ	๑๑๘๗
บันทึกไว้ระลึก	๑๑๘๙
บันทึก (เรื่องทุนพิมพ์)	๑๒๒๐
ดัชนี	๑๒๒๗

สารบัญหัวข้อ

อนุโมทนา
บันทึกประกอบ ในการพิมพ์ ครั้งที่ ๒๒
นิทานพจน์ (ในการพิมพ์ครั้งที่ ๑ ของฉบับข้อมูลคอมพิวเตอร์)
คำนำ (ในการพิมพ์ครั้งที่ ๑ ของฉบับปรับปรุงและขยายความ, พ.ศ. ๒๕๒๕)
อักษรย่อชื่อคัมภีร์

ความนำ:
สิ่งที่ควรเข้าใจก่อน
ลักษณะทั่วไปของพุทธธรรม

ภาค ๑

มัชฌิมนิเทศธรรมเทศนา

ภาพรวม มัชฌิมนิเทศธรรมเทศนา

พระพุทธเจ้า ตรัสรู้อะไร? (ว่าตามธรรม)

ปัจจุสมุปบาท: กฎธรรมชาติสากลแห่งปัจจุอาการ

ธรรมดาของธรรมชาติ ๓ การแต่งตั้งจัดการของมนุษย์

ทำความเข้าใจถ้อยคำ เช่นว่า "ธรรม" ว่า "สภาวะ"

กฎธรรมชาติ ๒: ภาวะเป็นไป/อาการ (สัมพันธ) กับ ภาวะปรากฏ/ลักษณะ

กฎธรรมชาติชุดที่ ๒ มองได้ด้วยกฎที่ ๑

มนุษย์จะหมดปัญหา ต้องอยู่ด้วยปัญญาที่เข้าถึงความจริงของธรรมชาติ

จากวิถีของปัญหา ๓ วิธีแก้แห่งปัญหา

บนฐานของมัชฌิมนิเทศธรรมเทศนา เข้าสู่สมาธิปฏิบัติ

สภาวะธรรม และกฎธรรมชาติ ในมัชฌิมนิเทศธรรมเทศนา

ตอน ๑: ชีวิต คืออะไร?

บทที่ ๑ ชั้น ๕

ตัวสภาวะ

สัญญา - สติ - ความจำ

สัญญา - วิญญาณ - ปัญญา

ความสัมพันธ์ระหว่างชั้นต่างๆ

ชั้น ๕ กับอุปาทานชั้น ๕ หรือชีวิต กับชีวิตซึ่งเป็นปัญหา

คุณค่าทางจริยธรรม

ก

ข

ง

จ

ช

๑

๖

๑๓

๑๓

๑๓

๑๕

๑๕

๑๘

๑๘

๒๐

๒๐

๒๑

๒๓

๒๔

๒๔

๒๔

๓๑

๓๓

๓๕

๓๖

สารบัญ

๖

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: เรื่อง ชั้น ๕

๓๗

บทที่ ๒ **อายตนะ ๖**

๓๘

ตัวสภาวะ

๔๐

ประเภทของความรู้

๔๘

ก. จำแนกโดยสภาวะ หรือโดยธรรมชาติของความรู้

๔๘

ข. จำแนกโดยทางรับรู้

๕๑

ค. จำแนกโดยพัฒนาการทางปัญญา (ภายในบุคคล)

๕๔

ง. จำแนกโดยกิจกรรมและผลงานของมนุษย์

๕๘

ความถูกต้องและผิดพลาดของความรู้

๕๙

ก. สัจจะ ๒ ระดับ

๕๙

ข. วิปัสสนา หรือวิปัสสนา ๓

๖๑

พุทธพจน์เกี่ยวกับอายตนะ

๖๒

คุณค่าทางจริยธรรม

๖๗

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: เรื่อง ปัญญา ๓

๗๐

ตอน ๒: ชีวิต เป็นอย่างไร?

บทที่ ๓ **ไตรลักษณ์**

๗๓

ตัวกฎ หรือตัวสภาวะ

๗๓

คำอธิบายไตรลักษณ์ตามหลักวิชาในคัมภีร์

๗๖

๑. ความเข้าใจเกี่ยวกับศัพท์ที่เกี่ยวข้อง

๗๗

๑. สังขารทั้งปวง กับ ธรรมทั้งปวง

๗๗

๒. สังขารในชั้น ๕ กับ สังขารในไตรลักษณ์

๗๙

๒. สิ่งที่ปิดบังไตรลักษณ์

๘๒

๓. วิเคราะห์ความหมายของไตรลักษณ์

๘๓

๑. อนิจจตา และอนิจจลักษณะ

๘๔

๒. ทุกขตา และทุกขลักษณะ

๘๕

พิเศษ: ทุกข์ในอริยสัจ แยกให้ชัด จากทุกข์ในไตรลักษณ์

๘๘

(ก) หมวดใหญ่ของทุกข์	๘๘
ทุกข์ตา ๓	๙๐
(ข) ไตรลักษณ์มี ๓ ไม่ใช่แค่ทุกข์ และทั้งสามเป็นฐานของทุกข์ในอริยสัจ	๙๑
(ค) ปัญหาของมนุษย์ ที่มาในชื่อของทุกข์มากมาย	๙๖
ชุดที่ ๑ ทุกข์ ๑๒	๙๖
ชุดที่ ๒ ทุกข์ ๒	๙๗
ชุดที่ ๓ ทุกข์ ๒	๙๘
๓. อนัตตตา และอนัตตลักษณะ	๑๐๐
ก) ขอบเขตความหมาย	๑๐๐
ข) ความหมายพื้นฐาน	๑๐๑
ค) ความหมายที่ไม่ต้องอธิบาย	๑๐๒
ง) ความหมายที่อธิบายทั่วไป	๑๐๔
๔. ขัตตา – อนัตตา และ ขัตตา – นิรัตตา	๑๑๕
อัตตา กับ มานะ	๑๒๑
คุณค่าทางจริยธรรม	๑๒๓
ก. คุณค่าที่ ๑: คุณค่าด้านการทำจิต หรือคุณค่าเพื่อความหลุดพ้นเป็นอิสระ	๑๒๕
ข. คุณค่าที่ ๒: คุณค่าด้านการทำกิจ หรือคุณค่าเพื่อความไม่ประมาท	๑๒๖
ค. ความสำคัญและความสัมพันธ์ของคุณค่าทางจริยธรรม ๒ ด้าน	๑๓๑
ง. คุณค่าเนื่องด้วยความหลุดพ้น หรือคุณค่าเพื่อความบริสุทธิ์บริบูรณ์แห่งความดีงาม	๑๓๗
จ. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ตามลำดับข้อ	๑๓๘
๑. อนิจจตา	๑๓๘
๒. ทุกขตา	๑๔๑
๓. อนัตตตา	๑๔๖
พุทธพจน์เกี่ยวกับไตรลักษณ์	๑๔๗
ก. ความรู้เท่าทันสภาวะของไตรลักษณ์	๑๔๗
ข. คุณค่าทางจริยธรรมของไตรลักษณ์ (ด้านทำจิตเป็นอิสระ และด้านทำกิจโดยไม่ประมาท)	๑๕๐
- อนิจจตาแห่งชีวิต และการเห็นคุณค่าของกาลเวลา	๑๕๐
- เร่งทำกิจ และเตรียมการเพื่ออนาคต	๑๕๙

ตอน ๓: ชีวิต เป็นไปอย่างไร?

บทที่ ๔ ปฏิจจสมุปบาท

๑๖๓

ตัวกฎหรือตัวสภาวะ

๑. ฐานะและความสำคัญ	๑๖๓
๒. ตัวบทและแบบความสัมพันธ์ ในหลักปฏิจจสมุปบาท	๑๖๕
๓. การแปลความหมายหลักปฏิจจสมุปบาท	๑๖๘
๔. ความหมายโดยสรุป เพื่อความเข้าใจเบื้องต้น	๑๗๑
๕. คำอธิบายตามแบบ	๑๘๑
ก. หัวข้อและโครงรูป	๑๘๑
ข. คำจำกัดความองค์ประกอบ หรือหัวข้อ ตามลำดับ	๑๘๒
ค. ตัวอย่างคำอธิบายแบบช่วงกว้างที่สุด	๑๘๓
๖. ความหมายในชีวิตประจำวัน	๑๙๑
ความหมายเชิงอธิบาย	๑๙๓
คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์อย่างง่าย	๑๙๔
คำอธิบายแสดงความสัมพันธ์เชิงขยายความ	๑๙๕
ตัวอย่างกรณีปลื้มก้อยในชีวิตประจำวัน	๒๐๒

ความหมายลึกลงไปขององค์ธรรมบางข้อ	๒๐๔
----------------------------------	-----

ปฏิจจสมุปบาท ในฐานะมัชฌิมนธรรมเทศนา	๒๑๒
-------------------------------------	-----

ปฏิจจสมุปบาท ในฐานะปัจจุอาการทางสังคม	๒๑๘
---------------------------------------	-----

หมายเหตุ: การตีความเกี่ยวกับปฏิจจสมุปบาท	๒๒๒
--	-----

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ธรรมนิยาม ๑ และ ธรรมนิยาม ๓	๒๒๕
บันทึกที่ ๒: ตัวเรา ของเรา ตัวกู ของกู	๒๓๔
บันทึกที่ ๓: เกิดและตายแบบปัจจุบัน	๒๓๗
บันทึกที่ ๔: ปฏิจจสมุปบาทแนวอภิธรรม	๒๓๗
บันทึกที่ ๕: ปัญหาการแปลคำว่า “นิโรธ”	๒๔๐
บันทึกที่ ๖: ความหมายย่อขององค์ธรรม ในปฏิจจสมุปบาท	๒๔๑
บันทึกที่ ๗: ความหมายของภวตัตถา และวิภวตัตถา	๒๔๑

บทที่ ๕ กรรม

๒๔๕

ความนำ

๒๔๕

ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับกรรม

๒๔๖

- ก. กรรม ในฐานะกฎธรรมชาติอย่างหนึ่ง
- ข. ความหมายของกรรม
- ค. ประเภทของกรรม

๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖

เกณฑ์ตัดสิน ความดี-ความชั่ว

๒๔๖

- ก) ปัญหาเกี่ยวกับความดี-ความชั่ว
- ข) ความหมายของกุศลและอกุศล
- ค) ข้อควรทราบพิเศษบางอย่างเกี่ยวกับกุศลและอกุศล
 - ๑) กุศลและอกุศล เป็นปัจจัยแก่กันได้
 - ๒) บุญและบาป กับ กุศลและอกุศล
- ง) เกณฑ์วินิจฉัยกรรมดี – กรรมชั่ว
- จ) หลักคำสอนเพื่อเป็นเกณฑ์วินิจฉัย

๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖

การให้ผลของกรรม

๒๔๖

- ก) ผลกรรมในระดับต่างๆ
- ข) องค์ประกอบที่ส่งเสริมและขัดขวางการให้ผลของกรรม
- ค) ผลกรรมในช่วงกว้างไกล
- ง) ข้อพิจารณาเกี่ยวกับการพิสูจน์เรื่องตายแล้วเกิดหรือไม่
- จ) ข้อสรุป: การพิสูจน์และทำที่ปฏิบัติต่อเรื่องชาติหน้า
- ฉ) ผลกรรมตามนัยแห่งจุฬารามวิภังคสูตร

๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖

ข้อควรศึกษายิ่งขึ้นไป เพื่อความเข้าใจหลักกรรมให้ชัดเจน

๒๔๖

- ๑) สุขทุกข์ ใครทำให้?
- ๒) เชื่ออย่างไร ผิดหลักกรรม?
- ๓) กรรม ชำระล้างได้อย่างไร?
- ๔) แก่กรรม ด้วยปฏิกรรม
- ๕) กรรม ที่ทำให้สิ้นกรรม
- ๖) กรรม ในระดับสังคม หรือกรรมของสังคม มีหรือไม่?
- ๗) กรรม ตามสมมตินิยาม หรือ กรรม ในกฎหมาย
- ๘) กรรม กับอนาคตา ขัดกันหรือไม่?

๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖
๒๔๖

คุณค่าทางจริยธรรม

๓๒๗

- ความหมายทั่วไป
- ความเป็นคนมีเหตุผล ไม่เชื่อถือมงาย
- การลงมือทำ ไม่รอคอยความหวังจากการอ้อนวอนปรารภ
- การไม่ถือชาติชั้นวรรณะ ถือความประพฤติเป็นประมาณ
- การพึ่งตนเอง
- ข้อเตือนใจเพื่ออนาคต

๓๒๗
๓๒๗
๓๒๗
๓๒๗
๓๒๗
๓๒๗

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: กรรม ๑๒

๓๒๗

ตอน ๔: ชีวิต ควรให้เป็นอย่างไร?

บทที่ ๖ วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นิพพาน

๓๓๖

ความสุขที่ไม่ต้องหา

๓๓๖

กระบวนการระดับทุกข์ หรือ ปฏิจจสมุปบาทนิโรธวาร

- ก. วงจรยาว
- ข. วงจรสั้น

๓๓๖
๓๓๖
๓๓๖

ภาวะแห่งนิพพาน

๓๔๓

- คำแสดงคุณลักษณะของนิพพาน
- ข้อความบรรยายภาวะของนิพพาน

๓๔๓
๓๔๓

ภาวะของผู้บรรลุนิพพาน

๓๔๔

- ๑. ภาวิตกาย: มีกายที่ได้พัฒนาแล้ว
- ๒. ภาวิตศีล: มีศีลที่ได้พัฒนาแล้ว
- ๓. ภาวิตจิต: มีจิตที่ได้พัฒนาแล้ว
- ๔. ภาวิตปัญญา: มีปัญญาที่ได้พัฒนาแล้ว

๓๔๔
๓๔๔
๓๔๔
๓๔๔

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: ภาวิต ๔ โยงไปหา ภาวนา ๔

๓๔๔

บทที่ ๗ ประเภทและระดับ แห่งนิพพานและผู้บรรลุนิพพาน

๓๔๖

๑. ประเภทและระดับของนิพพาน

๓๔๖

- ประเภทของนิพพาน
- ก) ลักษณะภายนอกและชีวิตหมู่
- ข) ความมีใจอิสระและมีความสุข
- ค) ความเป็นเจ้าแห่งจิต เป็นนายของความคิด
- ง) ความเป็นกันเอง กับชีวิต ความตาย การพลัดพราก และมีเมตตากรุณาต่อทุกชีวิต

๓๔๖
๓๔๖
๓๔๖
๓๔๖
๓๔๖

ณ	พุทธธรรม	สารบัญ	ด
ขั้นตอนหรือระดับแห่งการเข้าถึงนิพพาน	๔๑๑	สำนวนแนววิปัสสนา แสดงความแตกต่างระหว่างพระอริยบุคคลหลายระดับ	๔๘๐
๒. ประเภทและระดับของผู้บรรลุนิพพาน	๔๑๔	ก. พระเสขะ กับ พระอรหันต์	๔๘๐
แบบที่ ๑ ทักขิไณยบุคคล ๘ หรือ อริยบุคคล ๘	๔๑๙	ข. ผู้ปฏิบัติเพื่อโสดาปัตติผล กับ พระโสดาบัน	๔๘๒
แบบที่ ๒ ทักขิไณยบุคคล ๗ หรือ อริยบุคคล ๗	๔๒๒	ค. พระโสดาบัน กับ พระอรหันต์	๔๘๒
ก. พระเสขะ หรือ สอุปาทิเสสบุคคล	๔๒๔	ง. พระอนาคามี กับ พระอรหันต์	๔๘๓
ข. พระอเสขะ หรือ อนุปาทิเสสบุคคล	๔๒๔	จ. พระอรหันต์ปัญญาวิมุต กับ พระอรหันต์อุภาโตภาควิมุต	๔๘๕
ประเภทของพระอรหันต์	๔๒๙	ฉ. พระพุทธเจ้า กับ พระปัญญาวิมุต	๔๘๕
บันทึกพิเศษท้ายบท		ง) หลักการปฏิบัติที่จัดเป็นระบบ	๔๘๖
บันทึกที่ ๑: เรื่อง สอุปาทิเสส และ อนุปาทิเสส	๔๓๑	หลักการปฏิบัติตามนัยแห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค	๔๘๗
บันทึกที่ ๒: เรื่องความหมายของ ทิฏฐิธัมมิกะ และ สัมปรายิกะ	๔๓๑	ก. ระดับศีล (อริศีลสิกขา)	๔๘๗
บันทึกที่ ๓: เรื่องจริมจิต	๔๓๒	ข. ระดับสมาธิ (อริจิตตสิกขา)	๔๘๗
บันทึกที่ ๔: เรื่อง สิลัพพตปราคาส	๔๓๒	ค. ระดับปัญญา (อริปัญญาสิกขา)	๔๘๘
บันทึกที่ ๕: ความหมายของ ฌาน	๔๓๕	๑) ญาณปริยญา คือ รู้จักสภาวะ	๔๘๘
		๒) ตีรณปริยญา คือ รู้สามัญลักษณะ หรือหยั่งถึงไตรลักษณ์	๔๘๘
		๓) ปหานปริยญา คือ รู้ถึงขั้นละความหลงผิด ถอนตัวเป็นอิสระได้	๔๘๙
บทที่ ๘ ข้อควรทราบเพิ่มเติม เพื่อเสริมความเข้าใจ	๔๓๗	บันทึกพิเศษท้ายบท	
๑. สมณะ – วิปัสสนา	๔๓๗	บันทึกที่ ๑: คำว่า “บรรลุนิพพาน”	๔๙๒
๒. เจโตวิมุตติ – ปัญญาวิมุตติ	๔๔๐	บันทึกที่ ๒: ในฌาน เจริญวิปัสสนา หรือบรรลุมรรคผล ได้หรือไม่?	๔๙๒
บันทึกพิเศษท้ายบท		บันทึกที่ ๓: เนวสัญญานาสัญญายตนะ ใช้ทำวิปัสสนาไม่ได้?	๔๙๕
บันทึกที่ ๑: ความเข้าใจสับสนเกี่ยวกับอนัตตา และนิพพาน	๔๕๑	บันทึกที่ ๔: ขณะจิตที่บรรลุมรรคผล	๔๙๗
บทที่ ๙ หลักการสำคัญ ของการบรรลุนิพพาน	๔๕๓	บทที่ ๑๐ บทสรุป เรื่องเกี่ยวกับนิพพาน	๔๙๘
ความเบื้องต้น	๔๕๓	คุณค่าและลักษณะพิเศษที่พึงสังเกตเกี่ยวกับนิพพาน	๔๙๘
ก) หลักทั่วไป	๔๕๓	๑. จุดหมายสูงสุดของชีวิต เป็นสิ่งที่อาจบรรลุได้ในชาตินี้	๔๙๘
ข) หลักสมณะที่เป็นฐาน	๔๖๒	๒. นิพพานเป็นจุดหมายที่ทุกคนเข้าถึงได้ ไม่จำกัดชาติชั้น หนีงชาย	๔๙๘
ค) หลักวิปัสสนาที่เป็นมาตรฐาน	๔๗๑	๓. นิพพานอำนวยผล ที่ยิ่งกว่าล้าพังความสำเร็จทางจิตจะให้ได้	๕๐๑
สำนวนสามัญ: พิจารณาขั้น ๕	๔๗๔	จุดที่มักเขวหรือเข้าใจพลาด เกี่ยวกับนิพพาน	๕๐๓
สำนวนสามัญ: พิจารณาอายตนะ และธรรมอื่นที่เกี่ยวข้อง	๔๗๖	๑. ความยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น	๕๐๓
สำนวนแบบสืบค้น	๔๗๘	๒. ลักษณะที่ชวนให้สับสน หรือหลงเข้าใจผิด	๕๐๖
ตัวอย่างธรรมที่พิจารณาได้ทุกระดับ	๔๗๙	๓. ความสุข กับความพร้อมที่จะมีความสุข	๕๐๗
		ปัญหาสำคัญเกี่ยวกับนิพพาน	๕๐๗
		๑. นิพพาน กับอัตตา	๕๐๗
		๒. พระอรหันต์ สิ้นชีวิตแล้วเป็นอย่างไร?	๕๑๕

ภาค ๒

มัชฌิมาปฏิปทา

ภาพรวม มัชฌิมาปฏิปทา

๕๒๕

พระพุทธเจ้า ตรัสรู้อะไร? (ว่าตามคน)

๕๒๕

บนฐานแห่งมัชฌิมาเทศนา วางปฏิบัติการที่เป็นมัชฌิมา

๕๒๕

จากความจริงของธรรมชาติ สู่ปฏิบัติการที่ได้ผลจริงของมนุษย์

๕๒๗

- จากปัจจัยการของธรรมชาติ สู่อริยสัจสำหรับมนุษย์

๕๒๗

- ทำหน้าที่ต่ออริยสัจแต่ละข้อ ให้ถูกต้อง

๕๒๘

- คำว่า “อริยสัจ” มีแนวความหมายที่ควรรู้เข้าใจไว้บ้าง

๕๓๐

ความรู้กระบวนการของธรรมชาติ

๕๓๑

ประยุกต์ สู่ ปฏิบัติการในการพัฒนามนุษย์

๕๓๑

ระบบของมัชฌิมาปฏิปทา

๕๓๑

- อริยสัจ ๔ ออกแสดงทางมรรคาชีวิต ที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทา

๕๓๒

- กระบวนการดำเนินชีวิตที่ดี เริ่มต้นด้วยมีปัญญานำหน้ากระบวนการ

๕๓๕

ศึกษา ๓ ด้าน ให้คนพัฒนาอย่างบูรณาการครบ ๔

๕๓๕

พัฒนามรรคาชีวิต ด้วยการศึกษาที่สอดคล้อง

๕๓๕

- เอาการฝึกจากข้างนอกเข้าไปขับเคลื่อนกระบวนการชีวิตข้างใน

๕๓๖

- เมื่อจบการศึกษา คนก็พัฒนาเป็น “ภาวนา”

๕๓๗

พัฒนาคนได้ ความสุขก็พัฒนาด้วย

๕๓๗

มรรคาแห่งความสุข: ด้วยความสุข สู่ความเกษม

๕๓๘

ชีวิตที่ดี มีจุดหมายให้พัฒนาถึงได้ตลอดทาง

ตอน ๕: ชีวิต ควรเป็นอยู่อย่างไร?

บทที่ ๑๑ บทนำ ของมัชฌิมาปฏิปทา

๕๔๐

มัชฌิมาปฏิปทา ต่อเนื่องจาก มัชฌิมนิเทศนา

๕๔๐

สมุทัย - นิโรธ

๕๔๐

นิโรธ - มรรค

๕๔๒

มิจฉาปฏิปทา - สัมมาปฏิปทา

๕๔๔

อาหารของอวิชชา - อาหารของวิชาและวิมุตติ

๕๔๗

ปัจจุสมุพบาท นิโรธวาร - มัชฌิมาปฏิปทา/มรรค

๕๔๘

โยนิโสมนสิการ/ศรัทธา/กุศลศีล → ปราโมทย์ → ขยญาณ

๕๔๘

ธรรมเป็นอาหารอุดหนุนกัน

๕๔๙

พรหมจรรย์ที่สำเร็จผล

๕๔๙

วิสุทธิ ๗

๕๔๙

จรรณะ ๑๕ + วิชชา ๓

๕๕๐

อนุบุพพลิกขา หรือ อนุบุพพลปฏิปทา

๕๕๐

ธรรมจริยา

๕๕๐

ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับมัชฌิมาปฏิปทา

๕๕๒

มรรค ในฐานะมัชฌิมาปฏิปทา

๕๕๒

มรรค ในฐานะข้อปฏิบัติ หรือทางชีวิต ทั้งของบรรพชิตและคฤหัสถ์

๕๕๕

มรรค ในฐานะหลักปฏิบัติที่เนื่องด้วยสังคัม

๕๕๖

มรรค ในฐานะทางให้ถึงความสิ้นกรรม

๕๕๗

มรรค ในฐานะอุปกรณ์สำหรับใช้ มิใช่สำหรับยึดถือหรือแบกโกไว้

๕๕๘

มรรค ในฐานะพรหมจรรย์ หรือพุทธจริยธรรม

๕๕๙

มรรค ในฐานะมรรคาสู่จุดหมายชั้นต่างๆ ของชีวิต

๕๖๓

อรรถ ๓ แนวตั้ง

๕๖๔

- บุญกิริยาวัตถุ ๓

๕๖๖

อรรถ ๓ แนวนอน

๕๖๘

มรรค มีองค์ ๘ จัดรวมเป็น ๓ หมวด

๕๗๐

มรรค ก้าวไปด้วยไตรสิกขา ที่เป็นระบบการศึกษาสำหรับสร้างอารยชน

๕๗๐

ระบบของมัชฌิมาปฏิปทา

๕๗๑

ทางสายเดียว แต่มีองค์ประกอบ ๘ อย่าง

๕๗๑

ระบบองค์รวมของชีวิตดงามที่กำลังพัฒนา

๕๗๑

ก. ปัญญา

๕๗๒

ข. ศีล

๕๗๓

ค. สมาธิ - จิตใจ

๕๗๓

องค์ ๓ ของมรรค ที่ต้องใช้เสมอเป็นประจำ

๕๗๔

ระบบแยกส่วนของไตรสิกขา

จัดการศึกษาพัฒนาวิถีชีวิตองค์รวมของมรรค

๕๗๕

มีสิกขาการศึกษาดี ก็เดินทางมรรค ไปถึงจุดหมาย

๕๗๕

เป้าหมายหลักคือปัญญาเป็นศูนย์กลางบัญชาการเดินทาง

สิกขาจัดการฝึกทุกกองกำลังให้พร้อมเสนอสนองงาน

๕๗๖

สิกขาใช้รายการแยกส่วนจัดการจากข้างนอกเข้าไป

๕๗๘

การพัฒนามรรคา อยู่ในชีวิตของแต่ละคน

แต่การฝึกฝนของสิกขากว้างไกลด้วยวินัยที่จัดตั้งวางระบบขยายออกไปไม่รู้จบ

๕๘๐

- ย้อนย้ำอีกที กระบวนการในตัวตน ของมรรค กับกระบวนการฝึกคน ของสิกขา

๕๘๓

ชาวบ้าน ดำเนินมรรคด้วยการศึกษาบุญ

๕๘๗

ความเด่นที่เน้นความสำคัญของไตรสิกขา

๕๘๙

ท	พุทธธรรม	
จบการศึกษา วัดด้วยพัฒนา ๔ ด้าน	๕๙๐	
จุดเริ่ม พัฒนาเป็นจุดสำเร็จ แห่งความก้าวหน้าในมรรคา	๕๙๑	
บันทึกพิเศษท้ายบท		
บันทึกที่ ๑: การจัดธรรมจริยาเข้าในไตรสิกขา	๕๙๕	
บันทึกที่ ๒: การเรียกชื่อศีล ๕ และธรรมจริยา ๑๐	๕๙๕	
บันทึกที่ ๓: ความหมายของคำว่าศีลธรรม	๕๙๖	
บันทึกที่ ๔: ความหมายตามแบบแผน ของไตรสิกขา	๕๙๖	
บทที่ ๑๒ บุพภาคของการศึกษา ๑: ปรีโตโมสะที่ดี = กัลยาณมิตร	๕๙๘	
บุพภาคของการศึกษา หรือ บุพนิมิตแห่งมัชฌิมาปฏิปทา	๕๙๘	
ปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิ ๒	๕๙๘	
บุพนิมิตที่ ๑: ปรีโตโมสะ – กัลยาณมิตร (วิธีการแห่งศรัทธา)	๖๐๐	
ความสำคัญของการมีกัลยาณมิตร	๖๐๑	
คุณสมบัติของกัลยาณมิตร	๖๐๔	
การทำหน้าที่ของกัลยาณมิตร	๖๑๗	
หลักศรัทธาโดยสรุป	๖๒๒	
พุทธพจน์แสดงหลักศรัทธา	๖๒๕	
บันทึกพิเศษท้ายบท		
บันทึกที่ ๑: ความสำคัญของสังคหวัตถุ ๔	๖๓๙	
บันทึกที่ ๒: การแปลบาลีในกาลามสูตร	๖๓๙	
บทที่ ๑๓ บุพภาคของการศึกษา ๒: โยนิโสมนสิการ	๖๔๒	
ความนำ		
ฐานะของความคิด ในระบบการดำเนินชีวิตที่ดี	๖๔๒	
ฐานะของความคิด ในกระบวนการของการศึกษา หรือการพัฒนาปัญญา	๖๔๕	
ก) จุดเริ่มของการศึกษา และความไร้การศึกษา	๖๔๕	
ข) กระบวนการของการศึกษา	๖๔๖	
ค) ความเข้าใจเบื้องต้น เกี่ยวกับจุดเริ่มต้นของการศึกษา	๖๔๘	
ง) ความคิดที่ไม่เป็นการศึกษา และความคิดที่เป็นการศึกษา	๖๕๐	

สารบัญ	๖
บุพนิมิตที่ ๒: โยนิโสมนสิการ (วิธีการแห่งปัญญา)	๖๕๔
ความสำคัญของโยนิโสมนสิการ	๖๕๔
ความหมายของโยนิโสมนสิการ	๖๕๖
วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ	๖๖๒
๑. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย	๖๖๓
๒. วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ	๖๖๔
๓. วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ	๖๖๖
๔. วิธีคิดแบบอริยสัจ/คิดแบบแก้ปัญหา	๖๖๙
๕. วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์	๖๗๑
๖. วิธีคิดแบบรู้ทันคุณโทษและทางออก	๖๗๗
๗. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม	๖๘๑
๘. วิธีคิดแบบเร้ากุศล	๖๘๒
๙. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน	๖๘๙
๑๐. วิธีคิดแบบวิภาษชาติ	๖๙๕
ก. จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง	๖๙๖
ข. จำแนกโดยส่วนประกอบ	๖๙๖
ค. จำแนกโดยลำดับขณะ	๖๙๗
ง. จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย	๖๙๗
จ. จำแนกโดยเงื่อนไข	๖๙๙
ฉ. จำแนกโดยทางเลือก หรือความเป็นไปได้的其他	๗๐๐
ช. วิภาษชาติในฐานะวิธีตอบปัญหาอย่างหนึ่ง	๗๐๑
สรุปความ เพื่อนำสู่การปฏิบัติ	๗๑๑
เตรียมเข้าสู่มัชฌิมาปฏิปทา	๗๑๕
พระรัตนตรัย ในฐานะเครื่องนำเข้าสู่มรรค	๗๑๗
บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ ๑: วิธีคิดแบบแก้ปัญหา: วิธีคิดแบบอริยสัจ กับ วิธีคิดแบบวิทยาศาสตร์	๗๒๐
บทที่ ๑๔ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๑: หมวดปัญญา	๗๒๒
๑. สัมมาทิฏฐิ	๗๒๓
ความสำคัญของสัมมาทิฏฐิ	๗๒๓
คำจำกัดความของสัมมาทิฏฐิ	๗๒๔
ข้อควรทราบทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาทิฏฐิ	๗๒๕
สัมมาทิฏฐิ กับการศึกษา	๗๒๙
๒. สัมมาสังกัปปะ	๗๓๗
- หมายเหตุ: พรหมวิหาร ๔ และสังคหวัตถุ ๔	๗๔๔

บทที่ ๑๕ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๒: หมวดศีล	๗๔๕
๓. สัมมาวาจา ๔. สัมมากัมมันตะ ๕. สัมมาอาชีวะ	๗๔๕
ศีล ในความหมายที่เป็นหลักกลาง อันพึงถือเป็นหลักความประพฤติพื้นฐาน	๗๔๖
ลักษณะของศีล หรือหลักความประพฤติเบื้องต้น แบบเทวนิยม กับแบบสภวานิยม	๗๔๘
ศีลสำหรับประชาชน	๗๕๔
ความเข้าใจพื้นฐาน	๗๕๔
ก. ศีลพื้นฐาน	๗๕๘
ข. ศีลเพื่อเสริมความดีงามของชีวิตและสังคม	๗๖๔
หลักการทั่วไปเกี่ยวกับสัมมาอาชีวะ	๗๖๘
เศรษฐกิจจะดี ถ้ามีศีล	๗๗๔
(พุทธพจน์เกี่ยวกับบออาชีวะ)	๗๗๖
ก. การแสวงหา และการรักษาทรัพย์	๗๗๖
ข. ความสุขอันชอบธรรมที่ควรหามาได้	๗๗๗
ค. การใช้จ่ายทรัพย์	๗๗๘
ง. เตรียมปัญญาไว้ ถึงหาทรัพย์ได้ อิศราภาพต้องไม่เสีย	๗๗๙
จ. สังฆะ คือชุมชนของบุคคลที่เป็นอิสระ ทั้งโดยชีวิตและด้วยจิตปัญญา	๗๘๓
คำถามท้าย	๗๘๖
บทที่ ๑๖ องค์ประกอบของมัชฌิมาปฏิปทา ๓: หมวดสมาธิ	๗๘๙
๖. สัมมาวายามะ	๗๘๙
๗. สัมมาสติ	๗๙๓
คำจำกัดความ	๗๙๓
สติในฐานะอุปมาธรรม	๗๙๔
สติโดยคุณค่าทางสังคม	๗๙๗
บทบาทของสติในกระบวนการพัฒนาปัญญา หรือการกำจัดอาสวกิเลส	๗๙๘
สติปัฏฐานในฐานะสัมมาสติ	๗๙๙
สาระสำคัญของสติปัฏฐาน	๘๐๑
ก. กระบวนการปฏิบัติ	๘๐๔
ข. ผลของการปฏิบัติ	๘๐๖
เหตุใดสติที่ตามทันขณะปัจจุบัน จึงเป็นหลักสำคัญของวิปัสสนา?	๘๐๘
สติปัฏฐาน เป็นอาหารของโพชฌงค์	๘๑๐

๘. สัมมาสมาธิ	๘๑๕
ความเข้าใจเบื้องต้น	๘๑๕
ก. ความหมายของสมาธิ	๘๑๕
ข. ระดับของสมาธิ	๘๑๕
ค. คัตถุของสมาธิ	๘๑๘
ง. ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ	๘๑๙
จ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: มองอย่างทั่วไป	๘๒๒
ฉ. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: สรุปรูปตามประเภทของสมาธิภาวนา	๘๒๕
ช. ความมุ่งหมายและประโยชน์ของสมาธิ: ในแง่ช่วยป้องกันความไขว่ไขว	๘๒๗
วิธีเจริญสมาธิ	๘๒๙
๑) การเจริญสมาธิแบบธรรมดาพาไปเอง	๘๓๐
๒) การเจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาท	๘๓๑
๓) การเจริญสมาธิอย่างสามัญ หรือฝึกสมาธิโดยใช้สติเป็นตัวนำ	๘๓๗
๔) การเจริญสมาธิอย่างเป็นแบบแผน	๘๓๘
ข้อ ๑. ตัดปณิธาน ๑๐	๘๓๘
ข้อ ๒. เข้าหาภิกษุสงฆ์	๘๓๙
ข้อ ๓. รับกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริต/จิต	๘๓๙
- การรับกรรมฐาน	๘๔๓
ข้อ ๔. เข้าประจำที่	๘๔๕
ข้อ ๕. เจริญสมาธิ: หลักทั่วไป	๘๔๖
ข้อ ๖. เจริญสมาธิ: อานาปานสติภาวนา เป็นตัวอย่าง	๘๔๗
ก) ข้อดีพิเศษของอานาปานสติ	๘๔๗
ข) พุทธพจน์แสดงวิธีปฏิบัติ	๘๕๐
ค) วิธีปฏิบัติภาคสมณะ	๘๕๒
ผลสูงสุดของสมาธิ และสู่ความสมบูรณ์เหนือสมาธิ	๘๕๖
ก) ผลสำเร็จและขอบเขตความสำคัญของสมาธิ	๘๕๖
ข) องค์ประกอบต่างๆ ที่จำเป็น เกื้อหนุน และเสริมประโยชน์ของสมาธิ	๘๕๙
(๑) ฐาน ปทัฏฐาน และที่หมายของสมาธิ	๘๕๙
(๒) องค์ประกอบร่วมของสมาธิ	๘๖๐
(๓) เครื่องวัดความพร้อม	๘๖๓
(๔) คณะทำงานของปัญญา	๘๖๗
(๕) องค์มรรคสามัคคีพร้อมได้ที่	๘๗๓
บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ ๑: การเจริญสติปัฏฐาน คือการอยู่อย่างไม่มีความทุกข์ที่จะต้องดับ	๘๗๙

บทที่ ๑๗ บทสรุป: อริยสัจ ๔	๘๘๑
ฐานะและความสำคัญของอริยสัจ	๘๘๑
ความหมายของอริยสัจ	๘๘๓
อริยสัจ กับปฏิจจสมุปบาท	๘๘๕
กิจในอริยสัจ	๘๘๙
แนวอธิบายอริยสัจโดยสังเขป	๘๙๓
ก) ยกทุกข์ขึ้นพูดก่อน เป็นการสอนเริ่มจากปัญหา เพื่อใช้วิธีการแห่งปัญญา	๘๙๔
ข) ค้นเหตุปัจจัยให้พบด้วยปัญญา ไม่มัวหาที่ขัดทอด	๘๙๕
ค) ชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา มีความสุขอย่างอิสระ และทำกิจด้วยกรุณา	๘๙๖
ง) ถ้าถึงพระรัตนตรัย ก็ไม่รอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ฤทธิ์ปาฏิหาริย์ เลิกฝากตัวกับโชคชะตา	๘๙๘
จ) ทางของอารยชนกว้างและสว่าง ทั้งพึงตนได้ และคนทั้งหลายก็ช่วยหนุนกัน	๙๐๐
ฉ) เมื่อพระรัตนตรัย พาเข้าและคืบไปในไตรสิกขา มรรคก็พัฒนาสู่จุดหมาย	๙๐๒
วิธีแก้ปัญหาแบบพุทธ	๙๐๕
คุณค่าที่เด่นของอริยสัจ	๙๐๘
สรุป “พุทธธรรม” ลงในอริยสัจ	๙๐๙
บันทึกพิเศษ - เสริมบทสรุป	๙๑๑
ข้อสังเกตบางประการ ในการศึกษาพุทธธรรม	๙๑๑
ก. ภาคมัชฌิมนธรรมเทศนา หรือ ภาคกระบวนธรรม	๙๑๑
ข. ภาคมัชฌิมาปฎิปปทา หรือ ภาคกระบวนวิธี	๙๑๒

ภาค ๓
อารยธรรมวิถี

ตอน ๖: ชีวิตที่ดี เป็นอย่างไร?

บทที่ ๑๘ บทความประกอบที่ ๑: ชีวิตและคุณธรรมพื้นฐานของอารยชน ๙๑๗	
คุณสมบัติของบุคคลโสดาบัน	๙๑๘
ก. คุณสมบัติฝ่ายมี	๙๑๘
ข. คุณสมบัติฝ่ายหมด หรือฝ่ายละ	๙๒๐
บุคคลโสดาบันตามนัยพุทธพจน์	๙๒๕
ก) คำเรียก คำแสดงคุณลักษณะ และไวพจน์ต่างๆ ของบุคคลโสดาบัน	๙๒๕
ข) คุณสมบัติทั่วไป	๙๒๖
ค) คุณสมบัติในแง่ละได้ และที่เป็นผล	๙๓๒
ง) คุณสมบัติและข้อปฏิบัติก่อนเป็นโสดาบัน	๙๓๖
คุณสมบัตินี้หลักของบุคคลโสดาบัน	๙๓๘
ความเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณสมบัตินี้สำคัญของบุคคลโสดาบัน	๙๓๘
คุณสมบัตินี้เด่นของบุคคลโสดาบัน ที่เป็นคติสำคัญแก่คนยุคปัจจุบัน	๙๔๖
บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ ๑: ความหมายของ สุตวา อริยสาวก และอริยธรรม เป็นต้น	๙๔๙
บันทึกที่ ๒: เหตุที่คนให้ทาน	๙๔๙
บทที่ ๑๙ บทความประกอบที่ ๒: คีลกับเจตนารมณ์ทางสังคม ๙๕๐	
สามคำสำคัญในชุดของคีล: คีล วินัย ลีขาบท	๙๕๐
คีลระดับธรรมอยู่ที่ตัวคน คีลระดับวินัยขยายผลเพื่อสังคม	๙๕๓
ตัวอย่างหลักปฏิบัติที่มุ่งเพื่อเชิดชูธรรมความดีงามและประโยชน์สุขของสังคมและสังคม	๙๕๘
ก) การกราบไหว้ตามแก่อ่อนพรรษา	๙๕๘
ข) พุทธบัญญัติห้ามภิกษุอดอุตริมนุสสรธรรม	๙๖๑
ค) ทำไมจึงทรงยกย่องสังฆทานว่ามีผลมากที่สุด	๙๖๔
หัวใจของวินัย: เคารพสงฆ์ ถือนิสสัยและกิจสงฆ์เป็นใหญ่ มั่นในสามัคคี	
ชูธรรม ถือนิสสัยการ มีประโยชน์สุขของประชาชนเป็นจุดหมาย	๙๖๕
วินัยในความหมายที่กว้างใหญ่เลยจากคีล	๙๗๐

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: แสดงธรรม บัญญัติวินัย	๔๗๔
บันทึกที่ ๒: ศีล วินัย ศีลธรรม	๔๗๔
บันทึกที่ ๓: ความหมายบางอย่างของ “วินัย”	๔๗๔
บันทึกที่ ๔: การปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของพหุชน	๔๗๕
บันทึกที่ ๕: เคารพธรรม เคารพวินัย	๔๗๕
บันทึกที่ ๖: การเคารพตามอายุสมาชิกภาพ	๔๗๖

บทที่ ๒๐ บทความประกอบที่ ๓: เรื่องเหนือสามัญวิสัย: ปาฏิหาริย์ - เทวดา ๔๗๗

อิทธิปาฏิหาริย์

อิทธิปาฏิหาริย์ คืออะไร? และแค่ไหน?	๔๘๑
ปาฏิหาริย์ ไม่ใช่แค่ฤทธิ์ แต่มีถึง ๓ อย่าง	๔๘๑
อิทธิปาฏิหาริย์ ไม่ใช่ธรรมที่เป็นแก่นสาร	๔๘๒
อิทธิฤทธิ์ ชนิดอริยะ และชนิดอนารยะ	๔๘๓
โทษแก่ปุถุชน ในการเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์	๔๘๕
แนวปฏิบัติที่ถูกต้อง ในการเข้าไปเกี่ยวข้องกับเรื่องฤทธิ์	๔๘๗

เทวดา

มนุษย์ กับ เทวดา เปรียบเทียบฐานะกัน	๔๘๘
มนุษย์กับเทวดา ความสัมพันธ์ใด ที่ล้ำสมัย ควรเลิกเสีย	๔๙๐
หวังพึ่งเทวดา ได้ผลนิดหน่อย แต่เกิดโทษมากมาย	๔๙๑
สร้างความสัมพันธ์ที่ถูกต้อง ระหว่างมนุษย์กับเทวดา	๔๙๒
ความสัมพันธ์แบบชาวพุทธ ระหว่างมนุษย์กับเทวดา	๔๙๓

สรุปวิธีปฏิบัติต่อเรื่องเหนือสามัญวิสัย

พัฒนาการแห่งความสัมพันธ์ ๓ ขั้น	๔๙๕
ก้าวสู่ขั้นมีชีวิตอิสระ เพื่อจะเป็นชาวพุทธที่แท้	๔๙๖
วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง ต่อสิ่งเหนือสามัญวิสัย	๔๙๘
ปฏิบัติถูกต้อง คือเดินหน้า เป็นชาวพุทธ คือไม่หยุดพัฒนา	๑๐๐๐

บันทึกพิเศษท้ายบท

บันทึกที่ ๑: อิทธิปาฏิหาริย์ในคัมภีร์	๑๐๐๒
บันทึกที่ ๒: การช่วย และการแก้แค้น ของพระอินทร์	๑๐๐๓
บันทึกที่ ๓: สัจกิริยา ทางออกที่ดี สำหรับผู้ยังหวังอำนาจดลบันดาล	๑๐๐๔
บันทึกที่ ๔: พระพุทธ เป็นมนุษย์ หรือเทวดา	๑๐๐๕

บทที่ ๒๑ บทความประกอบที่ ๔: ปัญหาเกี่ยวกับแรงจูงใจ

กลไกชีวิตในการกระทำ

แง่ความหมายที่ช่วยให้เข้าใจค้นหา และฉันนะ ชัดยิ่งขึ้น

แง่ที่ ๑) การไม่กระทำ อาจเป็นการกระทำอย่างแรง	๑๐๑๑
แง่ที่ ๒) ค้นหา เป็นแรงจูงใจให้กระทำในระบบเงื่อนไข	๑๐๑๒

ความเข้าใจหลักธรรม ตามหลักฐานทางวิชาการ

“ฉันนะ” คือคำหลัก ที่ต้องแยกแยะความหมาย ให้หายสับสนทางภาษา	๑๐๑๔
“ฉันนะ” อย่างไหนเป็นต้นตอของทุกข์ อย่างไหนคือที่ตั้งต้นของกุศลธรรม	๑๐๑๗
นัยที่ ๑: ฉันนะ เป็นมูลแห่งทุกข์ และเป็นมูลของอุปาทานชั้นที่ ๕	๑๐๑๘
นัยที่ ๒: ฉันนะ เป็นมูลของกรรมทั้งปวง	๑๐๑๘
“ฉันนะ” ถึงจุดลงตัวของความหมายที่ใช้เป็นมาตรฐาน	๑๐๑๙

การศึกษาเชิงเปรียบเทียบ: ค้นหา กับฉันนะ

แรงจูงใจแห่งค้นหา	๑๐๒๑
แรงจูงใจแห่งฉันนะ	๑๐๒๓
อธิบายเชิงเปรียบเทียบ	๑๐๒๕
ปัญหาจากระบบเงื่อนไขของค้นหา	๑๐๒๖
ผลดีจากระบบตรงไปตรงมาของฉันนะ	๑๐๒๘
สภาพการกิน ภายใต้ครอบงำของระบบเงื่อนไข	๑๐๒๙
การสืบพันธุ์: ระบบธรรมชาติที่แทบเลือนหาย ภายใต้อารยธรรมแห่งกามคุณ	๑๐๓๒
กินด้วยปัญญา พาให้กินพอดี	๑๐๓๓

ข้อพิจารณาเชิงซับซ้อน

เมื่อไฟร้าย กับไฟดี แทรกซ้อนชิงกัน	๑๐๓๕
เมื่อไม่มีอะไรล่อค้นหา ก็พึงพาได้แต่ฉันนะ	๑๐๓๖
คนนอนอยู่ที่ยากให้ตัวได้สิ่งที่ปรารถนา...รักษาความมั่นคงของอัตตาไว้	๑๐๓๖
ฉันนะต่อของ ขยายสู่เมตตาท่อคน	๑๐๓๗
แม้ว่าฉันนะจะขยายไปถึงเมตตากรุณา ค้นหาก็ยังตามไปรังควาน	๑๐๓๙
ทวนความหมาย และกระบวนการเกิดของฉันนะ	๑๐๔๐
ฉันนะอยากชั่ว ค้นหาอยากดี มีหรือไม่?	๑๐๔๒
ระวังไว้ ฉันนะมา ค้นหาอาจจะสอ ดหรือแทรกสลับ	๑๐๔๓
อยากนิพพาน อย่างไรเป็นฉันนะ อย่างไรเป็นค้นหา	๑๐๔๕
ค้นหาให้ละแน แต่ฉันนะก็ละอีกแบบหนึ่ง	๑๐๔๖
จะละค้นหา ก็ใช้ค้นหาได้ แต่ไม่วยต้องระวัง	๑๐๔๗

บทสรุป	๑๐๕๐
มนุษย์เป็นสัตว์วิเศษ ต้องเพิ่มเดชด้วยฉันทะ มิใช่จะมัวเป็นทาสของตัณหา	๑๐๕๐
ถึงจะพ้นตัณหา ได้ฉันทะมา ก็ยังต้องเดินหน้าไปกับปัญญา ...	๑๐๕๑
ปัญญามาแทนที่ ตัณหาหมดหน้าที่ มีฉันทะเต็มที	๑๐๕๓
ปัญญาและกรุณา ตัวกำกับและขับเคลื่อนการทำงานของมหาบุรุษ	๑๐๕๔
สรุปข้อควรกำหนดเกี่ยวกับตัณหาและฉันทะ	๑๐๕๖
พัฒนาคนได้ ด้วยการพัฒนาความต้องการของเขา	๑๐๕๗

บทที่ ๒๒ บทความประกอบที่ ๕: ความสุข ๑: ฉบับแบบแผน	๑๐๕๙
รู้จักความสุข และเสพบริโภคอย่างมีปัญญา ที่ทำให้เป็นอิสระเสรี	๑๐๖๐
ความสุขมีหลากหลาย สูงขึ้นไปตามลำดับขั้น	๑๐๖๐
ความสุขของมนุษย์ ของสวรรค์ และความสุขที่ดีกว่านั้น	๑๐๖๒
ส่วนเสีย หรือข้อด้อยของความสุข	๑๐๖๕
พระพุทธเจ้ายืนยันว่า ทรงมีความสุขยิ่งกว่าบุคคลที่โลกถือกันว่ามีความสุขที่สุด	๑๐๖๙
เทียบความสุขต่ำไว้ เพื่อให้เร่งพัฒนาความสุข จะได้มีสุขที่เลือกได้...	๑๐๗๐
ถึงจะยังบริโภคความสุข ก็ต้องมีปัญญารักษาอิสรภาพไว้ รู้หนทางปลอดภัยจากกามทุกข์	๑๐๗๑
บริโภคความสุขอย่างอิสระชน รู้จักจัดรู้จักใช้ขยายประโยชน์สุข ก็เป็นผู้ประเสริฐ ...	๑๐๗๓

สุขใน สุขประณีต จนถึงสุขสูงสุด	๑๐๘๒
ก้าวสู่ความสุขที่ประณีตสูงขึ้น	๑๐๘๒
สุขเหนือเวทนา	๑๐๘๔
สุขได้ไม่ต้องพึ่งเวทนา คืออิสรภาพ และเป็นสุขภาวะที่สมบูรณ์	๑๐๘๖
ลุนิพพาน ถึงวิมุตติ สุขเต็มสุดแล้ว จะเลือกสุขอย่างไหนก็ได้ ทำไมมองลงมาไม่ถึงกามสุข	๑๐๘๙
ทบทวนความสุขที่คนสามารถพัฒนาไปถึงได้	๑๐๙๓

บทสรุป	๑๐๙๕
หลักการพื้นฐานแห่งการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าว่า ความสุขลู่ถึงได้ด้วยความสุข	๑๐๙๕
เรียนรู้ให้ชัด วิธีปฏิบัติต่อความสุข	๑๐๙๗
มองความสุขเชิงปฏิบัติ วัดจากการพัฒนาของชาวบ้านขึ้นไป	๑๐๙๙
๑. กรณีที่แสวงหาความสุข	๑๐๙๙
๒. กรณีที่ไม่แสวงหาความสุข	๑๑๐๑

บันทึกพิเศษท้ายบท	
บันทึกที่ ๑: ความสุข จัดเป็นคู่ๆ	๑๑๐๓
บันทึกที่ ๒: ความสุข จัดเป็น ๓ ระดับ (อีกแบบหนึ่ง)	๑๑๐๓

บทที่ ๒๓ บทความประกอบที่ ๖: ความสุข ๒: ฉบับประมวลความ	๑๑๐๕
ความนำ	
พุทธศาสนา คือ ระบบการพัฒนาความสุข	๑๑๐๕
พุทธศาสนาสอนว่า สุขถึงได้ด้วยสุข	๑๑๐๖
ภาคหลักการ	๑๑๐๘
ความสุข คืออะไร	๑๑๐๘
ความต้องการ คืออะไร และสำคัญอย่างไร	๑๑๐๙
พอจะได้ใจฟองพุ่งขึ้นไป เป็นปิติ ได้สนใจสงบลงมา เป็นความสุข	๑๑๑๑
สองทางสายใหญ่ ที่จะเลือกไปสู่ความสุข	๑๑๑๔
ถ้าการศึกษาพัฒนาคนให้มีความสุขด้วยฉันทะได้ จริยธรรมไม่หนีไปไหน	๑๑๑๖
กฎหมายสร้างระบบเงื่อนไข	๑๑๑๘
ถ้าให้ระบบเงื่อนไขหนุนกฎธรรมชาติได้ ก็จะมีผลดีจริง	๑๑๒๑
รู้ทันว่าอยู่ในระบบเงื่อนไข ก็ใช้มันให้เต็มคุณค่า	๑๑๒๓
ความสนุกในการเรียน กับความสุขในการศึกษา	๑๑๒๕
แค่มีความสุขในการเรียน ยังไม่พอ ต้องขอให้ เรียนแล้วกลายเป็นคนมีความสุข	๑๑๒๘
ความสุขมีมากมาย ธรรมชาติรอบกายก็รอจะให้ความสุข	๑๑๒๙
จะพัฒนาความสุข ต้องพัฒนาความต้องการต่อเพื่อนมนุษย์ด้วย	๑๑๓๑
ความสุขเหนือกาล เมื่อเหนือการสนองความต้องการ	๑๑๓๓
สุขเพราะได้เกาที่คัน กับสุขเพราะไม่มีที่คันจะต้องเกา	๑๑๓๕
การพัฒนาความสุข: วัตถุประสงค์	๑๑๓๗

ภาคปฏิบัติการ	๑๑๓๙
ทุกข์มีทุกข์มา อย่าเสียท่าเอาใจรับ แต่จงเรียกปัญญาให้มาจับเอาทุกข์ไปจัดการ	๑๑๓๙
ทั้งทุกข์และสุข ปฏิบัติให้ถูก มีแต่สุข ทุกข์ไม่มี	๑๑๔๑
ความสุขที่พึงเน้น สำหรับคนทั่วไป เริ่มตั้งแต่ในบ้าน	๑๑๔๔
พัฒนากามสุขที่สุขแย่งกัน ให้มีความสุขที่สุขด้วยกัน	๑๑๔๗
ชีวิตจะวัฒนา ถ้าได้ปราโมทย์มาเป็นพื้นใจ	๑๑๔๙
สังคมจะมีสันติสุขได้ คนต้องรู้จักความสุขจากการให้	๑๑๕๒
ไม่เฉพาะสังคม แม้ในสังฆะ พระก็ถือหลักแบ่งปันลาภ	๑๑๕๔
ให้ความดีงามในจิตใจบุคคล ออกมาเป็นปฏิบัติการเกื้อสังคม	๑๑๕๖
บุคคลเอื้ออารี สังคมสามัคคี ทุกคนได้ ทุกคนดี มีสุขด้วยกันและทั่วกัน	๑๑๕๘
คนมีปัญญา แม้แต่ทุกข์ ก็เห็นคุณค่า และใช้ประโยชน์ได้	๑๑๖๑
ความสุขมีคุณมาก โทษก็หนัก ต้องรู้จักใช้	๑๑๖๒
ของเสพเต็มไปหมด สุขกลับลด ทุกข์ก็ง่าย	๑๑๖๔
จะสุขง่าย ทุกข์ได้ยาก หากฝึกไว้	๑๑๖๖

บทลงท้าย

ความสุขที่สมบูรณ์ ดูอย่างไร
เมื่อสุขของบุคคล คือสุขเพื่อมวลชนทั้งโลก

๑๑๖๘

๑๑๖๘

๑๑๗๐

.....*

บรรณานุกรม

๑๑๗๓

ก. พระไตรปิฎก

๑๑๗๓

ข. คัมภีร์รุ่นก่อนนอรรถกถา

๑๑๗๕

ค. คัมภีร์รุ่นนอรรถกถา ฎีกา และต่อๆ มา

๑๑๗๖

พิเศษ: ปกรณ์พิเศษ และคัมภีร์ที่เนื่อง

๑๑๗๖

๑. สายพระวินัย

๑๑๗๖

๒. สายพระสูตร

๑๑๗๖

๓. สายพระอภิธรรม

๑๑๗๘

๔. ลัทธิศาสตร์

๑๑๗๘

บันทึกของผู้เขียน

๑๑๗๙

บันทึกการจัดทำข้อมูล โดย นายแพทย์ ณรงค์ เลหาวิรภาพ

๑๑๘๗

บันทึกไว้ระลึก

๑๑๘๙

บันทึก (เรื่องทุนพิมพ์)

๑๒๒๐

ดัชนี

๑๒๒๗

